

RESUMO SIMPLES ESTRUTURADO - SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR –
ABORDAGENS INTERDISCIPLINARES PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE
MENTAL, PREVENÇÃO E CUIDADO INTEGRAL

**ANSIEDADE : UM TRANSTORNO MENTAL PREVALENTE E SUAS
IMPLICAÇÕES**

Geraldo Antonio Do Nascimento Filho (geraldo201430@gmail.com)

Andreia Lúcia (andreialucia.edf@gmail.com)

Introdução: A ansiedade configura-se como um transtorno mental, que acomete uma parcela da população mundial, ocasionando impactos na qualidade de vida e no bem-estar dos indivíduos. Tal condição manifesta-se por meio de temor, inquietação e preocupação exacerbada, que frequentemente comprometem o funcionamento cotidiano e as interações.

Objetivo: Este estudo visa aprofundar a compreensão acerca da ansiedade e dos

elementos relacionados a ela, buscando elucidar suas origens e repercussões. Almeja-se,

identificar os principais fatores que atuam como riscos ou proteções frente ao transtorno,

e analisar a eficácia de distintas abordagens terapêuticas aplicadas ao seu manejo.

Metodologia: A pesquisa consiste em uma revisão sistemática da literatura científica,

contemplando artigos disponíveis nas bases eletrônicas Literatura Latino-americana e do

Caribe em Ciências da Saúde (LILACS) e Scientific Electronic Library Online (SciELO).

Foram selecionados estudos que investigaram a ansiedade em diversas populações e

contextos, levando em consideração variáveis como faixa etária, gênero e condições

clínicas associadas. Os critérios de inclusão abrangeram publicações entre os anos de

2020 e 2025, que abordaram pacientes diagnosticados com ansiedade, enquanto artigos

fora desse intervalo foram excluídos. A triagem inicial dos artigos ocorreu mediante

análise dos resumos. Resultados: Os achados revelaram que a ansiedade está vinculada

a múltiplos fatores, estresse prolongado, experiências traumáticas, predisposição genética

e aspectos sociodemográficos. As evidências indicam que intervenções terapêuticas

notadamente a terapia cognitivo-comportamental e o uso de medicamentos demonstram

eficácia na mitigação dos sintomas ansiosos, promovendo, consequentemente, melhoria

da qualidade de vida dos pacientes. Conclusão: Considerando a complexidade intrínseca

da ansiedade, torna-se imprescindível adotar uma abordagem multifacetada para seu

tratamento. A identificação precisa dos fatores de risco, bem como avaliação

critérios das intervenções terapêuticas, são essenciais para formulação de estratégias

preventivas e terapêuticas eficazes. Ressalta-se a importância da colaboração estreita

entre profissionais de saúde e pacientes, visando a elaboração de planos terapêuticos

individualizados e eficientes.

Palavras-chave: ansiedade; transtorno mental; estresse crônico; terapia cognitivo-comportamental; tratamento.